

월	화	수	목	금	토
♡♥2026년 9월 프로그램 계획표♡♡	1	2	3	4	5
	09:30~09:50 활력체조 10:00~11:00 인지활동 ‘인지음악-외부강사’	09:30~10:00 수요일예배 10:20~11:00 신체활동 ‘생활체조-외부강사’	09:30~09:50 활력체조 10:00~11:00 인지활동 ‘실버레크레이션-외부강사’	09:30~09:50 활력체조 10:00~11:00 인지활동 ‘창의미술-외부강사’	09:30~09:50 활력체조 10:00~11:00 인지활동 ‘가을호박만들기’
	13:20~14:00 물리치료or산책or족욕 14:30~15:10 신체활동 ‘오재미 놀이’ 15:30~16:00 여가활동 ‘동요야 놀자-자원봉사’	13:20~14:00 물리치료or산책 14:30~15:30 인지활동 ‘인지교구-외부강사’ 15:40~16:00 레크레이션 목욕	13:30~14:20 여가활동 ‘공연관람’ 14:30~15:10 물리치료 15:20~16:00 신체활동 ‘풍선 놀이’ 목욕	13:20~14:00 물리치료or산책 14:30~15:10 신체활동 ‘탱탱볼 놀이’ 15:20~16:00 재활전문 프로그램 목욕	13:20~14:00 산책 & 차마시기 14:30~15:10 신체활동 ‘주사위 놀이’ 15:30~16:00 여가활동 ‘얼굴가꾸기 & 영화감상’
	7	8	9	10	11
09:30~10:00 ‘은혜의 시간-자원봉사’ 10:10~10:50 신체활동 ‘생활체조-외부강사’	09:30~09:50 활력체조 10:00~11:00 인지활동 ‘인지음악-외부강사’	09:30~10:00 수요일예배 10:20~11:00 신체활동 ‘생활체조-외부강사’	09:30~09:50 활력체조 10:00~11:00 인지활동 ‘실버레크레이션-외부강사’	09:30~09:50 활력체조 10:00~11:00 인지활동 ‘창의미술-외부강사’	09:30~09:50 활력체조 10:00~11:00 인지활동 ‘가을 리스 만들기’
13:20~14:00 물리치료or산책 14:30~15:30 인지활동 ‘감성음악-외부강사’ 15:40~16:00 레크레이션 목욕	13:20~14:00 물리치료or산책or족욕 14:30~15:10 신체활동 ‘탁구공 놀이’ 15:30~16:00 여가활동 ‘동요야 놀자-자원봉사’	13:20~14:00 물리치료or산책 14:30~15:30 인지활동 ‘인지교구-외부강사’ 15:40~16:00 레크레이션 목욕	13:30~14:20 여가활동 ‘공연관람’ 14:30~15:10 물리치료 15:20~16:00 신체활동 ‘홀라우트에 공 넣기’ 목욕	13:20~14:00 물리치료or산책 14:30~15:10 신체활동 ‘게이트볼’ 15:20~16:00 재활전문 프로그램 목욕	13:20~14:00 산책 & 차마시기 14:30~15:10 신체활동 ‘볼링’ 15:30~16:00 레크레이션
14	15	16	17	18	19
09:30~10:00 ‘은혜의 시간-자원봉사’ 10:10~10:50 신체활동 ‘생활체조-외부강사’	09:30~09:50 활력체조 10:00~11:00 인지활동 ‘인지음악-외부강사’	09:30~10:00 수요일예배 10:20~11:00 신체활동 ‘생활체조-외부강사’	09:30~09:50 활력체조 10:00~11:00 인지활동 실버레크레이션-외부강사’	09:30~09:50 활력체조 10:00~11:00 인지활동 ‘창의미술-외부강사’	09:30~09:50 활력체조 10:00~11:00 인지활동 ‘인지교구-외부강사’
13:20~14:00 물리치료or산책 14:30~15:30 인지활동 ‘감성음악-외부강사’ 15:40~16:00 레크레이션 목욕	13:20~14:00 물리치료or산책or족욕 14:30~15:10 신체활동 ‘카드놀이’ 15:30~16:00 여가활동 ‘동요야 놀자-자원봉사’	13:20~14:00 물리치료or산책 14:30~15:30 인지활동 ‘인지교구-외부강사’ 15:40~16:00 레크레이션 목욕	13:30~14:20 여가활동 ‘공연관람’ 14:30~15:10 물리치료 15:20~16:00 신체활동 ‘신발 던지기’ 목욕	13:20~14:00 물리치료or산책 14:30~15:10 신체활동 ‘뿔시 놀이’ 15:30~16:00 레크레이션 목욕	13:20~14:00 산책 & 차마시기 14:10~15:20 신체활동 ‘고리 던지기’ 15:30~16:00 여가활동 ‘영화감상’
21	22	23	24	25 추석	26
09:30~10:00 ‘은혜의 시간-자원봉사’ 10:10~10:50 신체활동 ‘생활체조-외부강사’ 10:10~ *사회적응‘나들이(한마음)’	09:30~09:50 활력체조 10:00~11:00 인지활동 ‘인지음악-외부강사’	09:30~10:00 수요일예배 10:20~11:00 신체활동 ‘생활체조-외부강사’	09:30~09:50 활력체조 10:00~11:00 인지활동 ‘실버레크레이션-외부강사’	휴원	09:30~09:50 활력체조 10:00~11:00 인지활동 ‘10월 달력 만들기’
13:20~14:00 물리치료or산책 14:30~15:30 인지활동 ‘감성음악-외부강사’ 15:40~16:00 레크레이션 목욕	13:20~14:00 물리치료or산책or족욕 14:20~15:20 인지활동 ‘송편만들어보기’ 15:30~16:00 여가활동 ‘동요야 놀자-자원봉사’	13:20~13:50 산책 14:00~15:00 인지활동 ‘명절요리활동(추석전부침)’ 15:20~16:00 레크레이션 목욕	13:30~14:20 여가활동 ‘공연관람’ 14:30~15:10 신체활동 ‘웃놀이’ 15:20~16:00 레크레이션		13:20~14:00 산책 & 차마시기 14:30~15:10 신체활동 ‘투호’ 15:30~16:00 레크레이션
28	29	30			
09:30~10:00 ‘은혜의 시간-자원봉사’ 10:10~10:50 신체활동 ‘생활체조-외부강사’	09:30~09:50 활력체조 10:00~11:00 인지활동 ‘인지음악-외부강사’	09:30~10:00 수요일예배 10:20~11:00 신체활동 ‘생활체조-외부강사’			
13:20~14:00 물리치료or산책 14:30~15:30 인지활동 ‘감성음악-외부강사’ 15:40~16:00 레크레이션 목욕	13:20~14:00 물리치료or산책or족욕 14:20~15:20 사회적응활동 ‘생신파티’ 15:30~16:00 여가활동 ‘동요야 놀자-자원봉사’	13:20~14:00 물리치료or산책 14:30~15:30 인지활동 ‘인지교구-외부강사’ 15:40~16:00 레크레이션 목욕			
*신체기능 주 3회 이상/ 인지기능 주 3회 이상 (5등급. 인지지원등급은 이용할 때마다) 사회적응/재활전문 프로그램-월 1회 **상기 프로그램은 센터 사정에 따라 변경될 수 있습니다.					